

«СОГЛАСОВАНО»
 Директор МБОУ «Керчь ВК»
 «Школа №15 имени Героя Советского Союза
 Е.М.Рудневой»
 Спинчевская Г.А.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на "11" декабря 2025г

| №рец | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Угл-ды | ККАЛ |
|------|--|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| | Завтрак 78,05 руб | | | | | |
| ПР | Икра кабачковая | 60 | 1,64 | 4,31 | 8,73 | 80,26 |
| 204 | Макаронные изделия отварные с сыром | 150 | 10,94 | 12,83 | 35,98 | 286,23 |
| 382 | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 119,00 |
| 338 | Яблоко | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 40 | 3,55 | 1,33 | 18,70 | 100,07 |
| ПР | Хлеб ржаной | 25 | 1,75 | 0,25 | 13,90 | 41,13 |
| | Итого | 575 | 22,36 | 22,67 | 104,68 | 673,69 |
| | Обед 129,53 руб | | | | | |
| 42 | Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком | 60 | 1,04 | 3,71 | 11,00 | 59,68 |
| 99 | Суп из овощей | 250 | 1,58 | 4,98 | 9,14 | 95,00 |
| 291 | Плов из птицы | 150 | 12,71 | 7,85 | 26,80 | 229,00 |
| 389 | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 50 | 4,44 | 1,66 | 23,38 | 125,09 |
| ПР | Хлеб ржаной | 30 | 2,10 | 0,30 | 16,68 | 49,35 |
| | Итого | 740 | 22,87 | 18,50 | 107,20 | 643,12 |
| | Всего за день | 1315 | 45,23 | 41,16 | 211,88 | 1316,81 |

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на "12" декабря 2025г

| №рец | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Угл-ды | ККАЛ |
|------|--|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| | Завтрак 108,48 руб | | | | | |
| ПР | Икра кабачковая | 100 | 2,73 | 7,18 | 14,54 | 133,71 |
| 204 | Макаронные изделия отварные с сыром | 180 | 12,69 | 14,88 | 43,18 | 332,03 |
| 382 | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 119,00 |
| 338 | Яблоко | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 40 | 3,55 | 1,33 | 18,70 | 100,07 |
| ПР | Хлеб ржаной | 25 | 1,75 | 0,25 | 13,90 | 41,13 |
| | Итого | 645 | 25,20 | 27,58 | 117,70 | 772,94 |
| | Обед 151,10 руб | | | | | |
| 42 | Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком | 100 | 1,75 | 6,18 | 18,50 | 99,50 |
| 99 | Суп из овощей | 250 | 1,58 | 4,98 | 9,14 | 95,00 |
| 291 | Плов из птицы | 225 | 19,07 | 11,78 | 40,20 | 343,50 |
| 389 | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85,00 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 70 | 6,22 | 2,32 | 32,73 | 175,13 |
| ПР | Хлеб ржаной | 50 | 3,50 | 0,50 | 27,79 | 82,22 |
| | Итого | 895 | 33,12 | 25,76 | 148,56 | 880,35 |
| | Всего за день | 1540 | 58,32 | 53,35 | 266,26 | 1653,29 |

Зав.произв

Приятного аппетита